

第 39 回三重県ベンチプレス選手権大会

開催要項

- 主催** 三重県パワーリフティング協会
- 日時** 2026 年 11 月 8 日(日) 8 時 30 分検量開始 10 時 30 分競技開始
- 会場** サンデルタ香良洲多目的ホール 〒514-0315 津市香良洲 2167
- 受付** 10 時30分終了。**これより遅い到着は出場不可とする**
- 出場資格** 2026 年度 JPA 登録選手
満 14 歳以上で三重県在住、在学、勤務者および県内ジム所属者
- 階級** 男子 53kg(SJR,JR のみ) 59kg 66kg 74kg 83kg 93kg 105kg 120kg 120kg 超級
女子 43kg(SJR,JR のみ) 47kg 52kg 57kg 63kg 69kg 76kg 84kg 84kg 超級
- 競技規則** ノーギア部門とフルギア部門に分け、各階級別に挙上重量を競う。JPA ルール採用
ノーギア部門とフルギア部門のダブルエントリーは不可 *コスチューム加工はルールに従い行う
- 服装** つりパン、T シャツ(ベンチシャツ含)を着用。つりパン代用としてスパッツ(膝上まで)の着用可
ノーギア部門はリストラップ、ベルトの使用可
- 参加費** JPA 登録クラブ選手 3,000 円、中学、高校生 2,500 円、個人登録選手 7,000 円
- 選手登録** JPA ホームページ「選手、審判、団体登録 2026 年度」から団体または個人で登録。
未登録・未継続または、登録料未納の方は出場不可です。シクミネットで確認してください。
- 問い合わせ** 三重県パワーリフティング協会事務局 トレーニングジム KENKODO TEL 059-234-5605
e-mail kenkodo4724@gmail.com
- 表彰** ・ 各階級の1位～3位にメダルを授与
・ 最優秀選手 ※男女部門を問わず 1 名選出し賞状を授与
- 申込方法** 別紙大会記録カードに必要事項を記入の上、下記宛てに送付して下さい。
参加費は下記口座に振り込み(振込手数料は選手負担でお願いします。)
参加申込み以降の出場階級の変更や振込み後の返金は一切認めません。
- 振込口座** ゆうちょ銀行 12250-6889901 ※他金融機関からの振込は(店名)に^には^ち二二八(店番)228
三重県パワーリフティング協会 預金種目(普通) 口座番号 0688990
- 大会記録カード送り先** 〒510-0846 四日市市大井の川町 2-28 三鈴ビル2階
TSUJI' S Gym e-mail norikotsuji727@gmail.com TEL 080-8265-0850
- 申し込み〆切** 2026 年 9 月 29 日(火) 必着
※郵送の際、到着日を確認下さい。
- 使用機材** ラック ONI、シャフト ROGUE 仕様
- その他** ・振込みの無い参加申込みや、締め切りを過ぎてからの大会記録カード到着は受け付けません。
・競技中に発生した事故等につきましては、応急処置の他はスポーツ傷害保険を適用し、協会は一切の責任を負いません。
・コスチュームチェックの際、Tシャツは着用している事が望ましい。

大会記録カード

ロッドNo.	大会名	第 39 回三重県ベンチプレス大会		
	大会日	2026 年 11 月 8 日	会場	サンデルタ香良洲多目的ホール

部門	階級	氏 名	性別	検量体重	生年月日	所属団体または個人
ノーギア	kg 級	フリガナ	男	k g	西暦 年	
フルギア			女		月 日 (歳)	
						選手 ID
現住所	〒 TEL					

登録都道府県	登録区分	選手区分	ベンチプレスラック高	セーフティバー高	足台	センター補助
三重県	団体登録 個人登録	サブジュニア/ジュニア 一般		上から 段目	要	要

<コスチュームチェック> 申し込みの際、記入しないで下さい。Tシャツは着用が望ましい

スーツ	Tシャツ	ニースリーブ	リストラップ	シューズ	ベルト	その他
枚	枚	組	組	足	本	

申し込みの際、記入しないで下さい

種目	第 1 試技	第 2 試技	第 3 試技	記録
ベンチプレス				
最も最近の記録	重量変更	初出場は初に○ 初	重量変更①	
	Kg		重量変更②	

誓約書

三重県パワーリフティング協会御中
私は三重県パワーリフティング協会主催

『第 39 回三重県ベンチプレス選手権大会』の参加に当り、
当該競技により発生した傷害等の事故についてその責任の一切は
私にあることを認め、大会主催者に対し将来にわたって一切の請求を行わないことを誓約いたします。

年 月 日

氏名 印

大会実行事務局印